

## 26-1 學校簡介

三重大學位於日本三重縣的津市，最近的近鐵站為江戶橋站，校區鄰近伊勢灣，且校內有三重大學附屬醫院，生活機能上還不錯。三重大學主要為全學部與醫學部所組成，全學部由人文學部、生物資源學部、工學部、教育學部組成；醫學部由醫學科、看護學科組成。而由於中山大學並沒有醫學相關科系，所以中山來的交換生，要是有意要選修三重大學內各學部的專業課程的話，會是以全學部的科系為主。而三重大學最主要的特色課程，是人文學部的忍者研究，亦有許多相關的學者或學生在進行相關研究，不管對日本人或外國人來說都是相當特別的學術研究。

## 26-2 國外研修之課程學習（課內）

依據不同不同身分來交換，會在選課上有不同的差別或規定，而我個人是以日語特別聽講生的身分來進行交換，因此隸屬於三重大學國際交流中心，所以也會是國際交流中心的老師來擔任我的指導教授，若是以專門學部的交換生身分來交換的話，就會隸屬於該學部，也會由該學部的老師來擔任個人的指導教授。但不認以哪種身分入學，開學前都會指定特定時間，要求交換生們到國際交流中心進行J-CAT日文能力測驗，依據成績分類為初級一、初級二、初級三、中級一、中級二、上級共六個等級，而除了自身等級的課程以外，每個人亦能選修自身等級以下一階的課程，但不論如何，依據日本政府的規定，交換生在日本一學期都至少要修習七門以上的課程，還請大家多加注意。而由於國際中心的課程是以交換生為主的語言課程，所以若是跟我一樣選擇以日語特別聽講生的身分交換的話，大部分的課程都會是與其他國家的學生一起上日語課，而較可能會有其他日本學生一起上課，但若是以專門學科的方式交換的話，則會與該學部的學生們一起上專業課程，也就是都和日本學生一起上課，若有這方面考量的話可以先思考一下要以什麼身分交換。

## 26-3 國外研修之生活學習（課外）

除了學校的課程以外，學校也會提供許多校外參訪、主題講座、志願服務、實習活動……等，也會提供一些校外的祭典、節慶、展覽、研討會……等相關資訊，提供給交換生參加。除了學校行政單位提供的活動之外，也可以從校內的社團或同好會的參與中知道許多各式各樣的活動，例如我本身是以新生的身分詢問，並在獲得同意後加入三重大學的排球社，因而跟著排球社的前輩們參加許許多多不同的縣大賽、市大賽、地區大賽、友誼賽……等不同的比賽，賽事實在是相當多，跟著社團的朋友們一起訓練、一起比賽絕對是相當難忘的經驗。除了社團以外，彈性較高的同好會也是交換生不錯的選擇，在三重有不少與外國學生交流為導向的同好會，可以進一步與其他班上的交換生交流，也可以認識其他在三重大學內的日本學生們，對於日語特別聽講生來說是一個相當不錯的機會能與日本學生交流。

## 26-4 交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

1. 學習獨立自主生活的能力
2. 學習溝通處理的技巧
3. 培養勇氣
4. 增加國際視野
5. 見識他國的學術研究途徑與方式

## 26-5 感想與建議

對於不是前往英語系國家的交換生來說，最主要會遭遇的問題應該都會是語言，畢竟這些國家所使用的語言，對我們來說都是第二外語，在台灣的教育過程中接觸或學習的時間與機會相較少，而對我來說，我在日本交換期間日文真的有明確的進步，在這邊交換的外國人，大約有一半以上都是日文相關科系的學生，而我個人都是以自學的方式學習日文，相對於其他的同學們來說，我的日文基礎真的不夠穩固，但隻身一人到這裡生活後，日文能力被生活與課程逼著往上推，尤其是生活因素，不

論是要去買東西、選課、到市役所申請文件、到國際中心詢問事項……等，都需要一定程度的日文才能進行，而僅只於課堂上的教學或許會有些不足，在課外時間的自主學習也是相當重要的，不過這些都是剛到日本就隨即需要面對的難題，即便有申請到 tutor，也是到開學後一陣子才會開始，因此起初時要讓所有事情步入軌道就需要一個人獨力完成，學校方面提供的協助十分有限，所以在交換初期能夠找到可以互相協助或提供意見的朋友對自己來說會是很重要的事。而這些對於長期生活在台灣的我們來說，確實是不小的挑戰，踏出自己的舒適圈，隻身一人到異國生活，除了要克服語言的隔閡，還有文化差異、風情民俗、飲食習慣、氣候……等大大小小的困難要自己去適應與調適，這些事情在台灣中生活是很難有機會體驗到的，而過去即便有在日本旅遊過的經驗，但只有在這裡生活之後才會認知到日本與台灣的不同及差距，有許多東西是需要長時間的觀察才會發現的，而要深入認知到這些事情，或許仍在就學階段便出來留學交換匯市成本最小也最有效益的方式。

26-6 相片（2~3 張貼進 word 檔案，含說明，並 Email 原檔給國際處承辦人）



圖一：外國學生交流同好會おいでや迎新活動合照



圖二：外國學生交流同好會てらこや迎新活動合照